～介護予防と高齢者の活動支援をめざし～

地域支援事業（介護予防事業）のご案内

介護保険法改正により、平成18年度から新たに地域支援事業として介護予防事業が始まりました。介護予防事業とは、介護予防のための知識普及、高齢者の活動支援などを通して要支援、要介護状態になるのをできるだけ防いでいこうという事業です。

介護予防事業には『特定高齢者』（要支援の状態になる危険性の高い高齢者）と『一般高齢者』（高齢者全員）を対象とした２種類の事業があります。

平成18年度は、『特定高齢者事業』として「ハイリスク運動教室」を市内３カ所で５回、『一般高齢者事業』として健康づくり推進課による「運動の集い」を市内３カ所、社会福祉協議会による「高齢者の交流の場づくり」を市内６カ所で実施しました。

平成19年度のお知らせ

◀ 特定高齢者事業 ▶

①75歳以上の高齢者へのアンケート調査

特定高齢者の把握や今後の介護予防事業計画のための資料となるアンケート調査を行います。詳しくは４月号の広報でお伝えしますのでご協力をお願いします。

②特定高齢者のための介護予防教室

市の介護予防健診の結果やご本人・ご家族の相談等から、参加要件にあった方を地域包括支援センターより教室へお誘いしています。閉じこもりや体力の低下などでご心配のある方などは、まず地域包括支援センターにご相談ください。

◀ 一般高齢者事業 ▶

①介護予防普及啓発のための教室

５月から、地域での交流活動のきっかけとなることを目的として、地域の集会所や公民館に出向いての健康相談や健康教室を開催します。場所や日程については随時広報にて紹介します。お近くで開催されるときにはぜひ参加ください。

②運動の集い

使わないことで生じる筋力・意欲・内臓機能の低下や、寝たきり、転倒を予防するには、筋力向上のための運動が効果的といわれています。健康づくり推進課では、市民の皆さまの「自主的な運動習慣づくり」の支援として、モデル事業『運動の集い』を下表のとおり実施します。

また、お住まいの地域の集会所などでも運動を始めたいという方には、地区単位で健康づくり推進課までご連絡ください。運動指導や運動の説明が録音されたCD、カセットテープの貸し出し等の支援を行います。

※平成19年度は下表のとおり開催します。

場　所	日　時	内　容　等
プラザ八王子 ３階多目的ホール	毎週水曜日 第１回は４月４日(水) 10時から11時30分	高齢者の筋力向上を目的とした運動。イスに座ったままタオルを使った体操などを１時間程度行います。 ＊動きやすい服装で、タオルやお茶等をご持参ください。

※上記のほか、市内数カ所での実施を予定しています。場所が決まりましたら、随時広報でお知らせします。

【問い合わせ先】　健康づくり推進課（☎５９－３１５１　担当：藤原・杉原）

③高齢者の交流の場づくり支援

交流活動の中で出てきた相談をお受けしたり、活動グループどうしの情報交換会の開催などを行います。

また新たに交流の場を作ろうとする地区等の立ち上げのお手伝いします。

④介護予防ボランティア講座／ボランティア募集

市では介護予防のための運動の集いや高齢者の交流の場づくりに取り組んでいます。この活動を支えてくれる市民の皆さまの参加をお待ちしています。まずはお気軽に講座にご参加ください。「こんなことならお手伝いできる」(一緒に歌う、話し相手をする等どんなことでも）という方は、いつでも社会福祉協議会（☎５３－５８００）へご連絡ください。

※平成19年度は下表のとおり開催します。

場　所	日　時	内　容　等
プラザ八王子 ３階多目的ホール	**４月19日(木) ４時30分～11時30分**	〈介護予防事業ってどんなことをしているの？〉 **香美市の介護予防事業の取り組みについて** 〈実際に体験してみよう〉 **①筋力向上のための運動　②頭の体操（脳トレ）** **＊動きやすい服装で、タオルやお茶等をご持参ください。**

【参加申し込み・問い合わせ先】　社会福祉協議会（☎５３－５８００　担当：石川）
※申込締切＝４月１３日（金）

地域支援事業のお問い合わせ、高齢者に関するご相談は、地域包括支援センターまで
《☎５３－３１２７　／市役所北分室旧NTTビル内》

平成18年度　権利擁護啓発事業

講演会

『高齢者に知っておいて欲しいこと』
～遺言や成年後見制度など～

「病気や亡くなったときのことを考えて元気なうちに意思表示や準備をしたい」。でも実際にはどんなことができるのか、相談先や費用はどうなっているのか、などの疑問をお持ちの方も多いのではないでしょうか。日ごろからこのような相談を受けられている司法書士の先生に講演をお願いしました。多くの方々のご参加をお待ちしています。

- **日時**＝３月17日（土）
  10時～11時30分（受付９時30分より）
- **場所**＝プラザ八王子３階多目的ホール
- **講師**＝成年後見センター・リーガルサポート高知　支部長　吉本修治 氏
- **申込・問い合わせ先**＝地域包括支援センター（☎５３－３１２７）
  ＊準備の都合上３月15日(木)までに電話でお申し込みください。
  ＊送迎はありません。

身体障害者の方等の軽自動車税の減免制度

【減免範囲】（台数は１台で、車種は自家用のもの）

区　分	障害の範囲	所有者（※1）		運　転　者	使用の内容
本人運転	下記のとおり	本　人		本　人	障害者の方の移動のため
同一生計者の方または常時介護者の方の運転		身体障害者（18歳以上）	本人	生計を一にする親族か、単身または障害のある方のみで構成される世帯で生活している障害者の方を常時介護(※3)する方	通院、通学（園）、通所、生業のための送迎（月４回以上かつ１年以上継続して使用が見込まれること）
		身体障害児（18歳未満）	生計を一にする親族（※2）		
		知的障害児・者			
		精神障害者			

※１　原則として、所有者、使用者ともに障害者の方の名義であることが必要です。ただし、所有権留保付きの場合は、使用者が障害者の方であれば、所有者がディーラー等でもかまいません。
※２　同居の親族が原則です。別居の場合は、扶養の関係が確認される場合のみを対象とします。
※３「常時介護者」とは、もっぱら障害者の方の通学等のために継続して日常的（月４回以上）に運転する方をいいます。

【障害の範囲一覧表】

◆身体障害者手帳の交付を受けている方

（薄い網掛け）本人、同一生計者の方及び常時介護者の方が運転する場合　（濃い網掛け）本人が運転する場合のみ

障害の区分		1級	2級	3級	4級	5級	6級
視覚障害							
聴覚障害							
平衡機能障害							
音声機能の喪失（喉頭摘出のみ）							
上肢機能障害			2級の1・2 2級の3・4				
下肢機能障害				3級の1 3級の2・3			
体幹機能障害							
脳原性	上肢機能		両上肢 一上肢				
	移動機能			両下肢 一下肢			
心臓機能障害							
じん臓機能障害							
呼吸器機能障害							
ぼうこうまたは直腸の機能障害							
小腸の機能障害							
ヒト免疫不全ウィルスによる免疫機能障害							

◆戦傷病者手帳の交付を受けている方
障害の程度により減免の可否が異なりますので、下記連絡先までお問い合わせください。

◆知的障害児・者の方…療育手帳Ａ1、Ａ2の手帳を持っている方。

◆精神障害者の方…１級の精神障害者保健福祉手帳を持っている方。

【申請期間】

その年度の納税通知書が送付されてから納期限（通常は５月31日）までの間に申請してください。

【申請に必要なもの】

本　人　運　転	同一生計者の方または常時介護者の方の運転
１.減免申請書 ２.自動車検査証もしくは写し ３.身体障害者手帳等 ４.運転免許証もしくは写し　　５.認印	１.本人運転に必要なものすべて ２.使用内容を証明するもの 通院証明、通学・帰宅証明、通勤証明 通所証明、生業の証明等

※申請は本庁税務課でのみ受け付けします。

【申請・問い合わせ先】　税務課　軽自動車税係　☎５３－３１１６